

疑似艾滋感染 做个 HIV 检测

艾滋病又称为获得性免疫缺陷综合征(AIDS)，是由于机体感染了人类免疫缺陷病毒(HIV)而引发的免疫功能缺陷性疾病，如果不进行系统治疗，可并发各种严重感染和恶性肿瘤，最终导致患者死亡。临幊上判断是否感染了艾滋病，主要是通过HIV检测来实现，下面我们就来详细了解一下HIV检测的相关内容。

HIV 检测的必要性

人类免疫缺陷病毒是一种能攻击人体免疫系统的病毒，它专门侵害CD4+T淋巴细胞，导致免疫系统功能逐渐下降，最终使人体丧失对各种感染和疾病的抵抗能力。

HIV的传播途径主要包括性传播、血液传播和母婴传播。患者感染早期可能没有明显症状，如果能在早期通过HIV检测发现，从而迅速采取治疗措施，就能控制疾病的进展。虽然目前艾滋病尚无法完全治愈，但早期治疗可以显著降低病毒载量，保护免疫系统，延长患者的生命，提高生活质量。此外，在得知感染HIV后，患者可以采取必要的措施，避免将病毒传播给他人。

HIV 检测的类型

1. 抗体检测 这是最常见的HIV检测方法，通过采集血液样本检测HIV抗体来判断是否感染。抗体是身体对病毒的反应产生的蛋白质，通常在感染后几周到几个月内可以检测到。

2. 抗原检测 与抗体检测不同，抗原检测是直接检测血液中的HIV病毒。这种检测方法可以更早地发现是否感染，通常在感染后2~3周内即可检测到病毒。

3. 病毒载量检测 这种检测主要用于已经感染HIV的人，通过测量体内病毒的数量来评估治疗效果和疾病进展。一般来说，病毒载量越高，说明病情越严重。

4. CD4+T 淋巴细胞检测 HIV病毒主要攻击CD4+T淋巴

细胞，导致这一指标降低。因此，通过检测CD4+T淋巴细胞的数量，也可以判断是否存在HIV感染。

如何进行 HIV 检测

HIV检测通常在医疗机构(如医院、诊所)或专门的检测机构进行。检测过程相对简单，一般包括以下步骤。

1. 咨询与登记 进行检测前，医生会向患者解答关于HIV和检测的相关问题。同时，患者需进行个人信息登记，以便后续追踪和管理。

2. 采集样本 HIV检测通常是采集静脉血液样本进行检测。采集过程中会采取严格的无菌操作，确保样本的准确性和可靠性。

3. 实验室检测 采集的血液样本会被送到实验室，并根据检测类型(抗体、抗原、病毒载量等)选择相应的试剂和方法进行检测分析。

4. 结果解读 检测完成后，医生会解读检测结果并提供相应的咨询。如结果为阴性，说明未检测到HIV感染；如结果为阳性，则需要进一步确认并采取相应的治疗措施。

关于 HIV 检测的两个问题

1. 关于患者隐私 HIV检测是一项私人医疗行为，医疗机构和检测人员有责任和义务保护患者隐私。因此，患者可以放心提供个人病史和信息。

2. 关于窗口期 感染HIV后的一段时间内(通常为几周到几个月)，抗体可能无法被检测到，



为高血压患者 提供全科医疗服务

高血压已经成为一种常见的慢性疾病，给个人健康和社会医疗系统带来了重大挑战。治疗高血压需要长期的管理和多方面的干预，本文将深入探讨如何通过全科医疗服务为高血压患者提供科学、合理的援助，让患者更好地了解疾病、参与管理，并最终实现控制血压、减少并发症的目标。

什么是全科医疗服务

全科医疗服务是以患者为中心、家庭为基本单位的综合性医疗服务模式，它包括疾病的预防、诊断、治疗和康复，旨在为患者提供全面、连续、协调的医疗保健。全科医生是这一服务模式的主要提供者，他们拥有广泛的医学知识和技能，能够处理各种常见和多发病症，同时也能够应对复杂和罕见病例。

全科医疗服务的具体措施

1. 定期检测和评估 全科医生应定期为患者检测血压，进行身体评估，全面了解患者的健康状况，包括评估饮食、运动习惯、药物使用情况，以及其他可能影响高血压的因素。

2. 制定个性化治疗方案 根据患者的具体情况，全科医生可以为其制定个性化的治疗方案，包括药物治疗、调整生活方式(如饮食、运动等)，以及其他必要的治疗措施。

3. 健康教育 向患者提供有关高血压的知识，包括病因、症状、治疗方法和预防措施，有助于提高患者的自我管理能力和对疾病的认识。

4. 持续监测和调整治疗方案 全科医生应定期检查患者的血压控制情况，并根据需要调整治疗方案，包括调整药物剂量、更换药物种类，或提供进一步的医疗建议。

5. 团队合作 全科医生与心血管专家、营养师、理疗师等专业人士紧密合作，为患者提供全面的医疗服务，确保患者得到最佳的治疗和管理。

6. 心理支持 高血压可能给患者带来一定的心理压力，全科医生需要提供相应的心理咨询服务，以减轻患者的焦虑或抑郁情绪，提高生活质量。

7. 记录和管理 建立完整的医疗记录，跟踪患者的病情发展和治疗效果，有助于医生做出更好的治疗选择，为患者提供长期管理策略。

8. 预防并发症 全科医生应关注并预防高血压可能引发的并发症，如心脏病、脑血管疾病和中风等。

9. 加强随访 定期对患者进行随访，电话、视频、短信或面对面交流等形式均可，以及时了解他们的状况，解答疑问，提供必要的支持和指导。

对于患有高血压的人群来说，全科医疗服务提供了系统的健康管理方案，让患者能够得到全方位的关怀，包括量身定制治疗计划、生活方式的调整建议，以及定期的随访评估。全科医生在高血压患者应对疾病的过程中扮演着重要的角色，通过这种服务，患者可以在家庭和社区的支持下，获得更全面、更便捷的医疗资源，从而稳定控制血压，提升生活质量，实现持续健康的目标。

衡阳市祁东县黄土铺镇卫生院 李尚文

长期打鼾危害大 应及时治疗

夜深人静，身边鼾声此起彼伏，绵延不绝，很多人常被家人打鼾所困扰，无法入睡，痛苦不已。打鼾，在生活中很常见，大家常不觉得是多大的事，有的人甚至认为打鼾是睡得香、睡得好表现，殊不知，打鼾可能是病，严重时还可能要命。那么，打鼾有哪些危害？有什么办法可以缓解呢？

打鼾在医学上称为阻塞性睡眠呼吸暂停低通气综合征，以打鼾、睡眠结构紊乱、血氧饱和度下降，以及白天嗜睡、注意力

不集中、记忆力减退等为主要表现。打鼾主要与睡觉时气道狭窄有关，空气通过狭窄部位时会形成漩涡，引起悬雍垂和舌根快速震动，从而发出呼噜声。研究表明，肥胖、鼻咽部疾病(鼻炎、扁桃体炎等)、过度疲劳、饮酒、三高人群更易打鼾。而长期打鼾容易导致人体缺氧甚至窒息，不仅可诱发心梗、脑梗等心脑血管疾病，还会增加恶性肿瘤死亡率、影响胎儿发育等严重后果，因此，打鼾是病，得治。

湖南中医药大学第一附属医院 肠肠科 袁畅